

NO.1761

毎月1日・10日・20日発行

8/20

令和5年(2023年)

# 北区ニュース

主な内容

- 新型コロナウイルスワクチン情報…2面
- 高齢者に25%プレミアム付き「区内共通商品券」を特別販売…5面
- 情報の泉……………6～7面
- 北区飛鳥山限定!「しぶさわくん」のマンホールカードを配布しています…8面

北区飛鳥山博物館 特別展覧会

第22回  
人間国宝

主催 北区教育委員会  
共催 北区  
協賛 (一社)王子青色申告会



【彫金】かき かねなみもんこうろ  
重ね金波文香炉  
浅井盛征



【鍛金】きりぼめぞうがん かき しやくやく  
切嵌象嵌花器「芍薬」  
奥山峰石

9月9日(土)～  
10月9日(祝)

※9月11日(月)・19日(火)・25日(月)、10月2日(月)は休館

場 北区飛鳥山博物館 特別展示室・ホワイエ

## 奥山峰石と 北区の 工芸作家展

今年もまた秋の到来とともに、珠玉の工芸作品が飛鳥山にやってきます。

22回目となる本展では、北区在住の人間国宝・奥山峰石氏と北区ゆかりの工芸作家たちによる新作や自信作を一堂に集め、伝統工芸から現代工芸まで多彩な分野の作品を展示します。

また会場では、作品の制作工程を紹介するコーナー、記録ビデオをご覧いただける映像コーナーも設けます。

優れた作家の手で作り出された「本物」を間近にご覧いただき、その美しさ、力強さを感じてください。



【陶芸】走雨 宮島正志



【七宝】ペンダント「黄熟」  
小林輝子



【鍛金】なんきん くらえい  
空泳・輪あそび(アライグマ)  
藤田政利



【陶芸】赤波  
高橋和則

### 関連イベント

#### ① 陶芸を楽しむ学講座

日 9月17日(日) 午前10時10分～午後1時

師 高橋和則氏 定 20名(抽選)

費 1,000円程度(材料費)

申 往復はがき(記入例参照)または電子申請で、9月1日(金)(必着)まで

※電子申請は午後4時まで



申込はこちら

#### ② 金工に親しみ学講座

日 9月24日(日) 午後1時30分～3時30分

師 金森三恵子氏 定 11名(抽選)

費 600円程度(材料費)

申 往復はがき(記入例参照)または電子申請で、9月8日(金)(必着)まで

※電子申請は午後4時まで



申込はこちら

#### ③ 作家が語る!作品解説

日 10月9日(祝) 午後1時30分～3時

師 出展作家8名程度 申 当日、直接会場へ

=以下、①～③共通=

場 ①②同館体験学習室 ③同館特別展示室

問 先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内

北区飛鳥山博物館 ☎(3916)1133



【人形】二十才の頃 岩本英子

### 出品作家 ※五十音順

浅井盛征(彫金)	岩本英子(人形)	太田淑江(友禅)
奥山峰石(鍛金)	金森三恵子(鍛金)	鎌倉愛子(人形)
氣賀澤雅人(ガラス)	工藤茂喜(木漆)	小林輝子(七宝)
齋藤照英(彫金)	高橋和則(陶芸)	塚山洋子(人形)
繁昌孝二(漆芸)	藤江聖公(彫金)	藤田政利(鍛金)
前田宏智(彫金)	松本隆一(鑄金)	宮島正志(陶芸)

もり\*みなこ(刺繍)

※都合により変更される場合があります。

【鍛金】金属に熱を加え、金鎚などで叩いて形作る技法

【彫金】鋳などで金属を彫って成形や図案入れを行う技法

【鑄金】土・砂で作った鑄型に溶かした金属を流し込んで加工する技法

新型コロナウイルスワクチン接種担当課

# 新型コロナウイルスワクチン情報

(以下は令和5年8月9日現在の情報であり、記載の内容は見直される場合があります)

## 令和5年秋開始接種について

9月20日(水)から令和5年秋開始接種を実施します。

詳細が決まり次第、北区ホームページまたは今後の北区ニュースでお知らせします。

**接種対象** 初回接種(1・2回目接種)が完了したすべての方が対象です。

**使用するワクチン** XBB.1系統を含有する1価のワクチン

**接種券** 接種券は下記の日程でお手元に届く予定です。

初回接種(1・2回目接種)が完了していて、下記に該当する方が送付の対象です。

※12歳未満の方の接種券発送については北区ホームページをご覧ください。

送付対象	送付予定時期
昭和33年9月2日生～平成23年10月1日生で令和5年5月8日以降に接種を受けていない方	8月末頃から順次お手元に届く予定です。
平成23年10月1日以前に生まれた方で令和5年5月8日～6月30日に接種を受けた方	9月上旬から順次お手元に届く予定です。

※以前に送付した接種券がお手元にある場合は、そのままご使用いただけます。

※接種券の紛失等による再発行は、北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターまでお問い合わせください。

※令和5年1月1日から7月末までに北区に転入し、上記に該当する方にも接種券を送付します。

8月以降に転入された方は、Web・コールセンター・郵送で接種券発行申請が必要です。詳しくは北区ホームページをご覧ください。



**接種の予約** 接種券が届き次第、予約が可能です。

※令和5年秋開始接種は、9月20日から実施します。9月20日以降の予約枠で接種するようご注意ください。

**接種会場** 北区ではすべて医療機関で実施します。

接種会場一覧の詳細は、接種券同封チラシまたは北区ホームページをご覧ください。

実施医療機関	
東京北医療センター(赤羽台4-17-56)	明理会中央総合病院(東十条3-2-11)
花と森の東京病院(西ヶ原2-3-6)	基本型施設 8カ所(主に病院)
サテライト型接種施設 約140カ所(クリニック・診療所)	

※使用するワクチンの種類について詳しくは北区ホームページをご覧ください。

※今後の供給状況等によっては、取り扱うワクチンが変更となる場合があります。

**[北区のワクチン接種の予約や接種に関するお問い合わせ]**

北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

☎0120(801)222

**[受付時間]** 月～金曜:午前9時～午後7時

土・日曜、祝日:午前9時～午後5時



## 国保

◆特定保健指導が始まりました

特定健診の結果、メタボリックシンドロームの改善の必要のある方に対して、管理栄養士等の専門職が栄養・運動などの生活習慣についての指導を中心としたサポートを行います。生活習慣を見直すことで、生活習慣病を予防・改善していきましょう。

対象の方には利用券を送付しますので、オレンジ色の封筒が届いた方はぜひご利用ください。

☎国保年金課庶務係 ☎(3908)1193

◆特定健診の受診についてショートメールをお送りします(8月29日送信予定)

令和5年度に特定健康診査を未受診の方の中から、一部対象者の携帯電話やスマートフォンに、受診をお勧めするメッセージをお送りします。

※振り込め詐欺にご注意ください。

今回お送りするのは、特定健康診査の受診勧奨のご案内です。以下のようなおことをお願いすることはありません。

- ・特定の金融機関や口座番号への振込
- ・ATMの操作
- ・口座情報を聞き出すこと
- ・通帳やキャッシュカードを預けること

不審な連絡があった場合には、区の各担当課へお問い合わせいただくとともに、警察へ通報するなどのご対応をお願いします。

☎国保年金課庶務係 ☎(3908)1193

◆9月に新しい国民健康保険被保険者証(保険証)をお送りします

更新により、新しい保険証を世帯主宛てに簡易書留郵便で順次郵送します。区内全域に配達を終了するのは、9月17日(日)頃です。

**[更新日]** 10月1日(日)

**[有効期限]** 令和7年9月30日 ※有効期限が異なる場合があります。

**[保険証の色]** 濃いクリーム色

保険証を受け取れなかった場合は郵便局の保管期間内に再配達を依頼するか、郵便局窓口でお受け取りください。郵便局での保管期間が切れ、保険証が北区に返戻された場合は、原則、特定記録郵便にて再送します。

※保険証更新について詳しくは北区ホームページをご覧ください。

☎国保年金課国保資格係 ☎(3908)1131

## 国民年金

◆60歳以降も国民年金に加入できます

国民年金は原則として20歳以上60歳未満の方が加入する制度ですが、60歳になっても老齢基礎年金の受給資格期間である10年を満たしていない場合や、満たしていても過去に未納期間がある方などは、最長65歳まで任意加入することができます(高齢任意加入)。高齢任意加入をする方は、原則として口座振替による納付です。

詳しくはお問い合わせください。

☎北年金事務所 ☎(3905)1011 国保年金課国民年金係 ☎(3908)1139

## プラスチックの回収状況

令和5年4月から区内全域で、プラスチックの分別回収が始まりました。7月現在、約886tのプラスチックを回収しました。

残念ながらプラスチックとして出されたものの中には、間違ってお出されてしまったものも含まれています。

可燃ごみに出してください



上記のものや汚れているプラスチックなどは、可燃ごみとして出してください。ほかにも「30cm角を超えるもの、金属が付いているもの」は、プラスチックでは回収できません。

また、家庭での治療に使用するインスリンなどを注射するペンシル型注射器(注射針)なども回収できません。購入した薬局にご相談ください。

※回収日、資源化に関して詳しくは北区ホームページをご覧ください。

☎[王子・赤羽地区の方] 北区清掃事務所 ☎(3913)3141

☎[滝野川地区の方] 滝野川清掃庁舎 ☎(3800)9191



## 相続登記の申請が義務化されます

令和6年4月から、相続による不動産の取得を知ってから3年以内に登記申請をすることが法律で義務付けられます。

正当な理由なく申請しない場合には10万円以下の過料が科される可能性があります。今のうちから相続登記に備えましょう。

制度に関して詳しくは **法務局 相続登記義務化** で検索

☎[個別の事案に対するご相談] 司法書士会相続登記相談センター

☎0120(13)7832

東京法務局北出張所

☎(3912)2608



## 8月30日(水)～9月5日(火)は防災週間です

地域の防災訓練に参加してみましょう

8月末から11月頃に、各自主防災組織(町会・自治会が母体)が大地震を想定した防災訓練を行います。いざというとき自らの身を守るよう地域の訓練に参加しましょう。

**日場** 北区ホームページをご覧ください。

**内容** に、初期消火訓練、救出・救助訓練、応急救護訓練、炊き出し訓練などを行います。

※訓練中の熱中症にご注意ください。

自ら防災の勉強会を開催するときは

地域防災担当課では、防災の勉強会などに、講師として専門家を無料で派遣する事業を実施しています(会場は申込者をご用意ください)。詳しくはお問い合わせください。

**対** 区内で活動する団体(町会自治会、事業所、PTAなど)

☎地域防災担当課 ☎(3908)8194

北区メールマガジンにご登録ください

気象庁等が発表する各種気象情報や水害・地震の情報などを、電子メール及び北区公式LINEで受信できるサービスです。受信する情報の種類は選ぶことができます。新規登録や登録内容変更の方法は、北区ホームページをご覧ください。

※登録は無料ですが、通信料は各自負担です。

☎防災・危機管理課 ☎(3908)8184



## 保育士就職支援研修・就職相談会

**対** 都内保育園で就職を希望する保育士有資格者または資格取得見込みの方

**日場** ①就職支援研修…就職に役立つ内容を盛り込んだ研修をオンラインで事前配信(相談会申込者限定)

②認可保育園・認証保育所等の就職についての個別相談会…9月16日(土)午後2時～4時 TKPガーデンシティPREMIUM池袋(豊島区南池袋1-16-15ダイヤゲート池袋4階)

**申** 詳しくはホームページをご覧ください、お問い合わせください。

☎東京都保育人材・保育所支援センター ☎(5211)2912

先〒196-0034 昭島市玉川町3-10-1ランドフォレスト東中神1階

(株)自然堂 保育士就職相談会係

☎(3317)8242 FAX(6454)6915

HP <https://www.tcs.w.tvac.or.jp/jinzai/hoiku/sodankai.html>



<広告>この欄は北区の事業ではありません、お問い合わせは各企業・団体へ



ぶどうの樹結婚相談所

あなたの街の仲人です  
池袋駅前サロン OPEN

今人気の  
仲人型

経産省の  
認可取得

会員数  
15万超

月会費  
5,500円～

TEL080-3469-0257  
木曜定休日 (JR 十条駅から徒歩3分)

## 北区生活援助員&ステップアップ研修

### 受講生募集!!

あなたの経験、介護の現場で活かしてみませんか。

**ステップ1 生活援助員研修** 高齢者のご自宅に訪問し、家事のお手伝いができる資格(区内のみ有効)を取得できます。

**ステップ2 ステップアップ研修** 身体介護の技術を学び介護施設やデイサービスで働くための研修です。ステップ1と2を両方受講することで国が定める入門的研修を修了できます。



**対** 区内在住の18歳以上で研修終了後、区内介護事業所で働く意思があり、全日程参加できる方

**日場** 下表のとおり

**【協力】** 赤羽北桜高校

ステップ	日程	時間	会場
ステップ1 生活援助員 研修	10月10日(火)	午前9時45分～午後4時	北とびあ7階第二研修室
	10月17日(火)		
	10月25日(水)		
ステップ2 ステップ アップ研修	10月27日(金)	午前9時45分～午後4時30分	赤羽北桜高校(西が丘3-14-20)
	10月28日(土)		
	10月30日(月)		

**定** 30名(介護職への就業希望者を優先のうえ、抽選)

**費** 2,200円(テキスト代など)

**申** 9月26日(火)までに北区ホームページ、ファクス(記入例参照。受講理由とステップいくつまで受講したいかも記入)または電話で申込

**問先** セントスタッフ様

☎(6803)5624 FAX(6803)5627



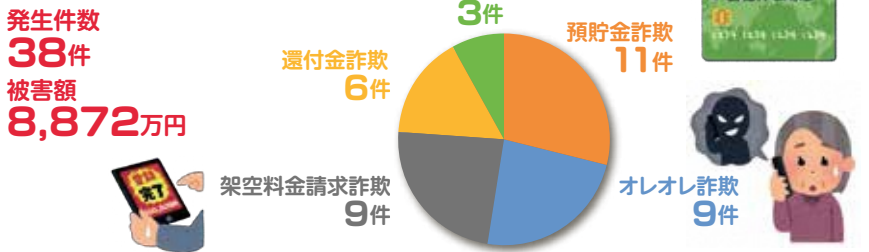
詳しくはこちら

## 安全・安心 快適コーナー

～特殊詐欺はあなたの身近で起きています～

今年の上半期(1月～6月)に北区内で発生した特殊詐欺の発生状況は下図のとおりです。他人事と考えずに注意してください。

**特殊詐欺の件数(暫定値)**



- 手口別の対策**
- 預貯金詐欺**…他人にキャッシュカードを渡さない。暗証番号を絶対に教えない。
  - オレオレ詐欺**…日頃からご家族でよく連絡を取り、合言葉を決める。
  - 架空料金請求詐欺**…身に覚えのない請求メールが来たら、警察などに相談する。
  - 還付金詐欺**…ATMで、医療費等の還付はできません。ATMで携帯電話を使用しない。
  - 融資保証金詐欺**…融資を受けるのに先に保証金を求めることはありません。

今年は、**預貯金詐欺が多く発生**しています。「キャッシュカードの確認に行く」や「暗証番号を教えてください」などの言葉は詐欺です。区内でもほぼ毎日のように詐欺の電話がかかってきています。不審な電話があったら、下記の電話番号にご連絡ください。

### 毎月20日は「北区安全・安心の日」!

**問** 王子警察署 ☎(3911)0110 赤羽警察署 ☎(3903)0110  
滝野川警察署 ☎(3940)0110 生活安全担当課 ☎(3908)1121

## 建物もあなたと同じ健康診断!

### 建築物防災週間

8月30日～9月5日

#### ①建物の定期調査・検査

建築基準法では、多数の人が利用する建物の安全性や適法性を確保するため、定期報告制度を定めています。これは、建物の所有者(または管理者)に対し、建築士などの専門の技術者に現況調査を依頼し、その結果を報告するよう義務付けたものです。

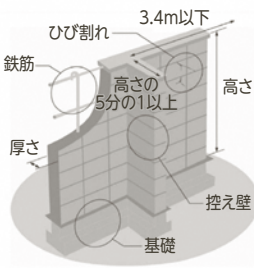
区では、建築物防災週間の期間中、多数の人が利用する建物に区職員が訪問して、維持管理の状態を点検・調査する取り組みを行っています。お伺いする建物には事前にご連絡します。ご協力をお願いします。

#### ②ブロック塀等の安全点検・安全対策を

以下のチェックリストを使用して、自宅のブロック塀の危険度を確認しましょう。

- 塀の高さが2.2mを超える
- 塀の厚さが10cm未満(塀の高さが2.0mを超える場合は厚さが15cm未満)である
- 塀の高さが1.2mを超える場合に、塀の長さ3.4m以下ごとに高さの5分の1以上突出した控え壁がない
- 塀に傾き・ひび割れなどがある

※一つでもチェックがつくと倒壊する恐れがあります。このほかにも鉄筋が入っていないなど、危険なブロック塀があるので専門家に相談しましょう。



#### 区では以下の事業を行っています

- ③ブロック塀等安全対策支援事業
- ④木造民間住宅耐震診断士派遣事業(無料)
- ⑤木造民間住宅耐震化促進事業
- ⑥緊急輸送道路沿道建築物耐震化促進事業
- ⑦マンション耐震化支援事業
- ⑧がけ・擁壁の安全対策支援事業
- ⑨土砂災害対策支援事業

※各事業のご利用には一定の要件があり、事前に手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

**問先** ①について 建築課設備審査担当

(区役所第一庁舎7階5番) ☎(3908)9184

②～⑨について 建築課構造・耐震化促進係

(区役所第一庁舎7階4番) ☎(3908)9176・1240



各事業の紹介はこちら

## 9月の健康に関する事業

(予)…予約制

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163

HIV・梅毒検査予約専用電話 ☎070(2619)1533

区分	対象	実施日	受付時間	結果日
HIV・梅毒検査(即日検査)(予) ※梅毒検査は、HIV検査を受ける方で希望する方	匿名・無料(住所等の要件なし)	11日(月)	午後1時～1時45分	検査当日
		25日(月)		
※腸内細菌検査(検便)(赤痢菌・チフス菌・O157など)	区内在住、在勤、在学の方 ※有料	5日(火) 12日(火) 19日(火) 26日(火)	午前9時～午後3時	11日(月)以降 19日(火)以降 25日(月)以降 10月2日(月)以降

※容器の事前受け取りをおすすめしています。多人数の申込は、事前にお問い合わせください。

◎HIV・梅毒検査は、新型コロナウイルス感染予防対策として中止となる場合があります。

◎肝炎検査は、北区から委託を受けた医療機関で実施しています。対象は20歳以上で、北区に在住している方です。検査には北区肝炎ウイルス検診受診票が必要です。受診票は保健予防課結核感染症係☎(3919)3102に電話で申し込みください。

王子健康支援センター ☎(3919)7588 FAX(3919)5163

赤羽健康支援センター ☎(3903)6481 FAX(3903)6486

滝野川健康支援センター ☎(3915)0184 FAX(3915)0171

区分	会場	実施日	詳しくはこちら
はぴママ学級(予) (出産予定月が令和5年11月～令和6年1月の方。4日間とも同一内容)	王子	6日(水)・27日(水)	
	赤羽	1日(金)・15日(金)	
リフレッシュタイム(母親対象) ～心の声をつぶやこう～(予)	王子	13日(水)	
	赤羽	21日(木)	
ツインズ・イン・北区(多胎児の会)(予)	滝野川	28日(木)	
	王子	21日(木)	
2歳児歯科健康診査(予)	王子	25日(月)	
	赤羽	22日(金)	
精神保健相談(予)	滝野川	15日(金)	
	王子	14日(木)	
専門医相談(依存症等)(予)	赤羽	28日(木)	
	滝野川	7日(木)	
	滝野川	15日(金)	

※相談・予約は各健康支援センターへお問い合わせください。

9月の電話相談	北区医師会 医療電話相談	1日	眼科
[時間] 午後1時20分～2時50分 ☎(5390)3131	[時間] 午後1時20分～2時50分 ☎(5390)3131	4日	婦人科
		11日	内科
		18日	休み
		25日	内科
		水	6日 内科 8日 耳鼻咽喉科 15日 整形外科 22日 内科 29日 内科

## 「不動産の無料セミナー開催」

不動産の困りごとを解決サポートしています。

開催日: 令和5年9月23日(土) 時間: 14:00～17:00

場所: METS 赤羽第一葉ビル4階 北区赤羽1-7-9

テーマ: 資産運用・不動産投資・相続・借地権など

先着10名様 申し込み「0120-226-244」

予約制です

(株)相栄商事 北区赤羽1-21-1

宅地建物取引業東京都知事免許(12)第33167

賃貸住宅管理業者登録国土交通大臣(2)第008192号

我ら乙女、無限大  
好きなことに思い切り挑戦しよう

文部科学大臣表彰  
キャリア教育優良学校

瀧野川女子学園中学高等学校  
Takinogawa Girls' School

## 赤羽法律事務所

赤羽駅1分

地域の方々のための法律事務所です  
<http://www.akabane-law.com>

(東京弁護士会所属)

弁護士 氏家義博  
弁護士 金沢裕幸

経験年数20年以上の弁護士が対応します。  
離婚、相続、借金、交通事故など、まずは気軽にご相談ください。  
(ご予約制。電話相談、ビデオ会議可能)

法律相談 30分 5,500円 03(5939)7194

この欄は北区の事業ではありません。お問い合わせは各企業・団体へ

### つづいて医療・福祉No.1

#### 介護予防で元気はつつサロン 「歩行維持と認知症予防」

**対** 赤羽北1～2丁目、赤羽北3丁目(3～5、16～26を除く)、赤羽台4丁目2～15、17(9・25～65)、18、19、赤羽3丁目5(1・13～15)、6(10～26)、7～29に在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方  
**日** 9月26日(火) 午後2時～3時  
**場** 赤羽北区民センター2階第1ホールA(赤羽北2-25-8-201)  
**内** 歩く機能を維持して認知症を予防する方法を講師が伝授します。【持ち物】動きやすい服、履きなれた靴、タオル、飲み物、マスク  
**師** あん摩・マッサージ指圧師 進藤知樹氏  
**定** 15名(申込順)  
**申** 8月22日(火)午前9時から電話申込  
**問先** 赤羽北高齢者あんしんセンター ☎(5948)5940

#### 北区高齢者いきいきサポーター登録説明会

**対** 区内在住で65歳以上の方  
**日** 9月13日(水) 午後2時30分～4時  
**場** 北区NPO・ボランティアぶらざ交流コーナー(北とぴあ4階) **内** いきいきサポーター受入施設でのボランティア活動時間に応じて交付金(上限あり)を申請できる制度についての説明後、希望者は登録申請を行います。  
**【持ち物】** 介護保険被保険者証  
**定** 10名(申込順)  
**申** 8月23日(水)午前10時から電話申込  
**問先** NPO法人東京都北区市民活動推進機構(北区NPO・ボランティアぶらざ内)(月曜、祝日休館) ☎(5390)1771

#### VR認知症体験会のお知らせ

**対** 区内在住、在勤の方  
**日** 9月30日(土) 午前10時～11時30分(9時30分開場)  
**場** 北とぴあ13階飛鳥ホール  
**内** バーチャルリアリティ(VR)の技術を活用し、認知症の症状を体験します。認知症を「学ぶ」のではなく、「体験する」ことで認知症の方への理解を深めることを目指します。  
**定** 50名(申込順)  
**申** 8月22日(火)午前9時から9月22日(金)午後5時までに電話申込  
**問先** 長寿支援課 ☎(3908)9017

#### 認知症について知ろう～区民向け 北区認知症サポーター養成講座～

認知症の方や家族が地域で安心して生活できるよう、地域で見守り応援する「認知症サポーター」になりませんか。



北区認知症支援キャラクター「こんちゃん」

受講された方には「認知症の方やご家族を支援します」というしるしの「認知症サポーターカード」をお渡しします。

#### ①浮間区民センター(ふれあい館)3階ABホール(浮間2-10-2)

**対** 区内在住、在勤の方  
**日** 9月13日(水) 午後2時30分～4時  
**定** 25名程度(申込順)  
**申** 8月21日(月)午前10時から電話申込  
**問先** 浮間高齢者あんしんセンター ☎(3558)3689

#### ②赤羽会館小ホール

**対** 区内在住、在勤の方  
**日** 9月20日(水) 午前10時から  
**定** 20名(申込順)  
**申** 8月22日(火)午前9時から電話申込  
**問先** 赤羽高齢者あんしんセンター ☎(3903)4167

#### 地域の担い手づくり講演会 「定年後、何をやる? 俺の自分探し講座 -興味や趣味でゆる～くつながろう-」

**対** 区内在住の65歳以上の男性及び関心のある方 **日** 9月20日(水) 午後2時～4時(1時30分入場開始)  
**場** 北とぴあ14階スカイホール  
**内** 人と人が関わりあう機会の重要性について考えながら、地域への一歩を踏み出してみませんか。 ※事前検温、ディスカッション時のマスク着用にご協力ください。  
 ※手話通訳あり

**師** (公財)長野県長寿社会開発センター主任シニア活動推進コーディネーター 戸田千登美氏



戸田千登美氏

**定** 50名(申込順)  
**【持ち物】** 筆記用具  
**申** 8月23日(水)午前9時から電話またはファクス(記入例参照。手話通訳の希望の有無も記入)で申込  
 ※ファクスで申込の場合は、9月15日(金)までに参加の可否をファクスでお送りします。期日までに届かない場合はご連絡ください。  
**問先** 長寿支援課 ☎(3908)9017 FAX(3908)9257

#### 脳いきいきタブレット講座

**対** 区内在住の60歳以上の方  
**日** 9月27日～12月13日 毎週水曜計12回 午後1時30分～2時30分  
**内** 希望者には別日に脳の健康度チェック(ファイブ・コグ検査)を実施します。  
 ※タブレットは貸し出します。  
**師** NPOタブレット利活用協会  
**定** 10名(抽選) **申** 9月9日(土)までにファクス、Eメール(記入例参照)、電話または直接窓口で申込 ※抽選結果は9月10日(日)以降当選者のみにご連絡します。  
**問場先** 名主の滝老人いこいの家(岸町1-15-25名主の滝公園内)(月曜休館) ☎(3909)3083 FAX(5948)5303 **EM** nanushi-ikoinoie@foryou.or.jp

#### 特別養護老人ホーム申込のための施設見学会を行います

**対** 特別養護老人ホームへの申込をお考えの方、家族やケアマネジャーなど  
**日場** 10月15日(日)  
**【午前】** 王子エリア **【午後】** 田端エリア  
 10月22日(日)  
**【午前】** 西が丘エリア **【午後】** 浮間エリア  
 ※各コースで2～3施設が見学できます。コースについて詳しくは、最寄りの高齢者あんしんセンターに「見学会のご案内」を設置しますので、「特別養護老人ホームの入所案内」とともにご覧ください。

**内** 区内の希望施設を選択するための施設見学を行い、施設の相談員が直接質問に答えます。  
**定** 各10名(申込順)  
**申** 9月1日(金)から10月14日(土)までに電話申込  
**問先** 特別養護老人ホームみずべの苑(北区高齢者施設長会代表施設) ☎(3598)6061

#### 講演会 「こころとからだのこりほぐし～香りとハンドタッチで元気になる方法～」

後援 北区  
**対** 区内在住、在勤、在学の18歳以上の方  
**日** 9月24日(日) 午後2時～4時  
**内** コロナ禍で不足したふれ合いや香りの健康効果について学び、人生100年時代を元気に過ごしましょう。  
**場** 北とぴあ7階第一研修室  
**師** 桜美林大学リベラルアーツ学群教授 山口 創氏  
**定** 50名(申込順)  
**費** 100円(資料代)  
**申** 8月22日(火)午前9時から  
 右記コードで申込 申込はこちら  
**問先** こころとからだの元気Lab. 堀口 **EM** genkilab.230924@gmail.com



### 通いの場立上げ教室説明・体験会 体操図付き手ぬぐいプレゼント!

**対** 区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない、1人で参加できる方  
**日場申問先** 下表のとおり **内** 笑顔で長生き調査、通いの場立上げ教室無料体験(簡単なストレッチと筋力アップ体操)、教室説明、応募受付  
**【持ち物】** 動きやすい服、履きなれた靴、タオル、飲み物、筆記用具、マスク  
**定** ①⑤各50名(先着順) ②④各15名(申込順) ③25名(申込順)

日時	会場	申込	問い合わせ
①9月1日(金) 午後2時～3時30分 (1時30分受付開始)	北とぴあ15階ペガサスホール	当日、直接会場へ	長寿支援課 ☎(3908)9017
②9月5日(火) 午後1時30分～3時 (1時受付開始)	滝野川東ふれあい館 (滝野川1-46-7 3階)	8月21日(月)から電話申込	ぶらっとほーむ滝野川東 ☎(5974)2540
③9月7日(木) 午前10時～11時30分 (9時30分受付開始)	赤羽北ふれあい館2階第1ホール (赤羽北2-25-8-201)		ぶらっとほーむ桐ヶ丘 ☎(3908)1277
④9月13日(水) 午前10時～11時30分 (9時30分受付開始)	東急スポーツオアシス 十条24Plus(上十条2-13-1 ガーデンアビル2階)	当日、直接会場へ	長寿支援課 ☎(3908)9017
⑤9月14日(木) 午後2時～3時30分 (1時30分受付開始)	赤羽会館4階大ホール	当日、直接会場へ	長寿支援課 ☎(3908)9017

### 「通いの場立上げ教室」参加者募集!!

### おたっしや教室は通いの場立上げ教室に生まれかわりました! ～仲間づくりと運動で健康長寿!～

運動指導員や看護師など専門スタッフが体力測定や指導にあたり、仲間づくりと運動習慣を身につけます。

**対** 区内在住の65歳以上で教室終了後も自主グループ活動ができる方(デイサービスなどの通所系サービスを利用している方不可。運動教室のため次の①～⑤に当てはまる方は原則として参加できません)  
 ①6カ月以内に脳卒中や心臓発作を起こした方、心臓の手術をした方 ②急性期の肺炎・肝炎で現在治療中の方 ③糖尿病が原因で視力や腎機能が低下している方  
 ④「重い高血圧」(安静時の血圧の上が180以上、下が110以上)の方 ⑤主治医から運動制限を受けている方 ※高齢者あんしんセンターが面談などで体調の確認をすることがあります。  
**日場** 下表のとおり ※お住まいの近くの会場をお選びください。

#### 通いの場立上げ教室(体操編) (筋力アップ体操を中心に運動習慣を身につけ、運動を続けられる自主グループをつくります)

日程(いずれも計12回)	会場
10月19日～令和6年1月18日(11月23日、12月28日を除く) 毎週木曜 午前10時～11時30分	北とぴあ14階スカイホールほか
10月23日～1月22日(1月1日・8日を除く) 毎週月曜 午後2時～3時30分	ジェクサー赤羽(赤羽南2-9-47)
10月25日～1月24日(12月27日、1月3日を除く) 毎週水曜 午後1時30分～3時	セントラルウェルネスクラブ24東十条(東十条1-24-5)
10月25日～1月24日(12月27日、1月3日を除く) 毎週水曜 午前10時～11時30分	東急スポーツオアシス 十条24Plus(上十条2-13-1ガーデンアビル2階)
10月27日～1月26日(11月3日、12月29日を除く) 毎週金曜 午前10時～11時30分	ルネサンス赤羽(赤羽西1-6-1パルロードII4階)
10月27日～1月26日(11月3日、12月29日を除く) 毎週金曜 午後1時30分～3時	桐ヶ丘やまぶき荘(桐ヶ丘1-16-26)
10月31日～1月23日(1月2日を除く) 毎週火曜 午後1時45分～3時15分	飛鳥晴山苑(西ヶ原4-51-1)

#### 通いの場立上げ教室(マシンお試し編) (トレーニングマシンの体験をしながら、体操などの運動習慣を身につけ、運動を続けられる自主グループをつくります)

日程(いずれも計12回)	会場
10月27日～令和6年1月26日(11月3日、12月29日を除く) 毎週金曜 午前10時～11時30分	桐ヶ丘やまぶき荘(桐ヶ丘1-16-26)
10月27日～1月26日(11月3日、12月29日を除く) 毎週金曜 午後1時45分～3時15分	飛鳥晴山苑(西ヶ原4-51-1)

**定** 各会場15～20名程度(抽選)  
**費** 通いの場立上げ教室(体操編)・通いの場立上げ教室(マシンお試し編)…各1,200円  
 いずれも一括払い(1回でも参加した方は利用料を負担)  
**申** はがき(記入例参照)で、9月20日(水)(必着)まで  
 ※いずれか1会場のみ申込可 ※抽選結果は10月4日(水)頃に通知予定  
**問先** 〒114-8508(住所不要)長寿支援課 ☎(3908)9017

### 高齢者に25%プレミアム付き 「北区内共通商品券」を特別販売

対 区内在住の65歳以上の方(昭和34年4月1日以前生まれの方) ※購入時に公的証明書(健康保険証など(コピー不可))の提示が必要。証明書の提示で2名分まで代理購入可 日 9月9日(土) 午前10時から(事前に整理券配布する場合あり)

場 右表のとおり 費 1万円(1冊…500円券25枚綴り。1名1冊。7,500冊を販売)

商品券が利用できるお店 約1,000店 ※詳しくは右記コード参照

有効期限 令和7年3月31日

問 北区商店街連合会事務局

(5390)1200

産業振興課商工係

(5390)1235



詳しくはこちら

### 販売所一覧 ※販売所は、変更になる場合があります。(略号)商振組…商店街振興組合

商店街	販売所	所在地	商店街	販売所	所在地	商店街	販売所	所在地
東田端一丁目商店会	そば処浅野屋	東田端1-7-7	王子銀座商振組	商店街事務所	王子2-30-1	桐ヶ丘商業協同組合	桐ヶ丘中央商店街中庭	桐ヶ丘1-9
田端駅通り商振組	谷田橋薬局	田端2-1-17	北とびあ通り商店会	タゲンディングカフェ	王子1-10-9	志茂銀座商店会	上野商店	志茂4-6-16
	保健堂薬局	田端2-7-2	豊島中央通り商振組	商店街事務所	北区豊島4-4-9	志茂七溜商店会	こくぼ煙草店	志茂4-11-10
田端高台通り商店会	三島屋魚店	田端5-8-15	東豊名店街	ミート・グルメ半田	北区豊島5-5-6-118	志茂平和通り商店街	伊勢屋前	志茂2-56-1
田端銀座商振組	銀商会館	田端3-7-8	神谷橋東通り商店会	長谷部寝具店	北区豊島8-20-1	志茂スズラン通り商店街	サイトウ質店	志茂2-40-3
霜降銀座栄会	しーちゃんコミュニティーサロン	西ヶ原1-62-8	十条中央商振組	商店街事務所	上十条1-16-6	赤羽スズラン通り商振組	目黒宝石店	志茂2-49-4
西ヶ原銀座商栄会	ナイル珈琲店	西ヶ原3-54-10	東十条商振組	商店街事務所	東十条3-15-6	赤羽一番街商振組	商店街内ポケットパーク	赤羽2-9
滝野川馬場商店会	山田屋加藤商店	滝野川2-42-2	東十条銀座商店街協同組合	商店街事務所	東十条3-10-15	赤羽中央街商振組	商店街事務所前	赤羽1-23-6
滝野川八幡通り商店会	八幡通り児童遊園	滝野川5-10-1	十条仲通り商店会	インテリア栗田	上十条3-29-12	浮間庚申通り商店会	商店街事務所前	赤羽1-29-9
宮元商店会	御菓子司 美好	滝野川5-15-5	十条銀座商振組	商店街事務所	十条仲原1-4-8	浮間庚申通り商店会	商店街事務所(旧)大家酒店	浮間3-9-8
	はやせクリーミング店	滝野川5-23-6	豊島いなり通り商店会	豊島いなり通り商店会	北豊島2-8-4	浮間中央駅前商店会	水塚酒店	浮間4-8-18
御代の台仲通り商店会	川直商店	滝野川6-39-11	豊島一丁目地通商店会	高橋青果店	北豊島1-21-12	浮間中央駅前商店会	やまびこ商店	浮間4-14-24
	フクダヤ	滝野川6-45-2	いちょう池畔西口商店会	大吉飯店	上十条2-7-12	浮間銀座商店会	しおん	浮間4-15-2-101
滝野川市場通り商振組	商店街事務所(市場通り本陣)	滝野川7-30-10	神谷銀座商友会	オギノ食品	神谷2-23-14	浮間銀座商店会	ファミリーマート浮間一丁目店	浮間1-7-6
滝野川さくら通り商栄会	プティックRIZ(リス)	滝野川7-2-7	神谷商工睦会	堀青果店	神谷2-29-2	浮間銀座商店会	五十嵐電気商会	浮間3-1-39
滝野川銀座商店会	セアフレック滝野川6丁目店	滝野川6-83-5	赤羽西口本通り商店会	マエノ薬局本店	赤羽西1-4-12	浮間本町商店会	ECCジュニア浮間2丁目教室	浮間2-10-4
きつね塚商店会	(旧)クリーミングダンディ	滝野川6-75-5	赤羽西口駅前商店会	赤羽西口駅前商店会	赤羽西1-6-1	浮間本町商店会	栃木屋酒店	浮間2-24-20
森下通り商店会	森下通り商店会	岸町1-11-2F	ビビオ店舗会	ビビオ店舗会	赤羽西1-6-1	アピレ会	アピレ	赤羽西1-5-1

## シルバースポーツ大会

対日場内定申下表のとおり

問先スポーツ推進課スポーツ支援係(北とびあ10階) ☎(5390)1135 FAX(5390)1137

大会名	対象	日程	会場	内容	定員(申込順)	申込方法
シルバー野球大会	60歳以上の方で構成するチーム	9月18日(祝)・23日(祝)・10月8日(日) (予備日10月22日(日)) 計3回 (試合:午前9時~午後5時) ※開会式 9月18日(祝)午前8時から	新荒川大橋野球場 E面またはF面 (赤羽3-29先)	トーナメント方式	8チーム	1チーム10名以上とし、所定の申込用紙(スポーツ支援係にあります。北区ホームページからもダウンロードできます)に記入し、8月31日(木)までに、ファクスまたは直接窓口で申込 (窓口申込は月~金曜 午前9時~午後5時)
シルバーサッカー大会	令和6年4月1日までに69歳以上に達する男子及び同期日までに59歳以上に達する女子で構成するチーム	9月16日(土) 午前9時~午後5時30分	赤羽スポーツの森公園競技場 (赤羽西5-2-27)	3チームずつのリーグ戦とリーグの同順位による順位戦	6チーム	1チーム13名以上24名以内とし、所定の申込用紙(スポーツ支援係にあります。北区ホームページからもダウンロードできます)に記入し、8月31日(木)までに、ファクスまたは直接窓口で申込 (窓口申込は月~金曜 午前9時~午後5時) ※区内在住の方の個人参加申込あり
シニア輪投げ大会	60歳以上の方5名で構成するチーム	10月5日(木) 午前9時30分~午後4時	滝野川体育館1階アリーナ (西ヶ原2-1-6)	各チーム、合計点数で順位決定	60チーム  32チーム	8月31日(木)までに電話またはファクスで申込 問先北区シニアクラブ連合会 ☎・FAX(3914)5194(電話申込は月・火・木・金曜のみ受付)
シニアグラウンドゴルフ大会		10月25日(水)(予備日11月8日(水)) 午前9時30分~午後4時	北運動場グラウンド (神谷2-47-6 北運動公園内)			

## 子どもの幸せNo.1

### こどもアレルギー個別相談

対 お子さんのぜん息、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎でお悩みの保護者

日 9月21日(木) 午後2時30分から

場 北とびあ8階808会議室

師 東京慈恵会医科大学附属第三病院小児科診療部長 勝沼俊雄氏 定4名(申込順)

申 8月24日(木)午前9時から電話申込

問先 障害福祉課公害保健係

☎(3908)9019

### 令和6年度区立幼稚園園児募集方針

【募集方針】①令和6年度の区立幼稚園の園児募集に際し、1学級10名以下のときは、原則、新たな学級編制を行いません。なお、新たな学級編制を行った場合でも、当該4歳児の園児数が、10名以下となった場合は、原則、翌年度の園児募集を行いません。

②区立じゅうじょうなからは幼稚園と区立うめのき幼稚園を統合・再編し、令和7年4月に区立うめのき幼稚園の場所で新たな区立認定こども園を開設することを見据え、区立うめのき幼稚園は、前項の規定に関わらず、4歳児の学級編制及び翌年度の園児募集を行います。また、区立じゅうじょうなからは幼稚園は、令和7年4月に転園等による園児や保護者の負担が生じないよう園児募集は行いません。

【入園募集案内及び申込書の配布期間】9月20日(水)~10月4日(水)

【入園募集案内及び申込書の配布場所】各区立幼稚園・認定こども園、区民事務所、子ども家庭支援センター(王子6-7-3)または学校支援課(滝野川分庁舎1階)など

【申込受付期間】10月3日(火)・4日(水)

※詳しくは私立幼稚園園児募集とともに今後の北区ニュースでお知らせします。

問先 学校支援課学校支援係 ☎(3908)9293

### 残暑を乗り切るプレーパークで水遊び!

●袋町公園(赤羽北3-11-10)

日 9月3日(日) 午前11時~午後4時30分

●中央公園拡張部(十条台1-2-5)

※中央図書館横

日 9月4日(月)・11日(月)・17日(日)・18日(祝)・25日(月) 午前10時30分~午後5時

=以下、共通=

申 当日、直接会場へ

※雨天実施、荒天候は中止

問 北区で子どもの遊ぶ場をつくる会

☎090(1767)9094

※詳しくはホームページをご覧ください。

HP <https://kita-asobo.jimdofree.com/>

子ども未来課子ども未来係

☎(3908)9097



詳しくはこちら

### パパになるための半日コース

対 区内在住で初めて赤ちゃんを迎える予定のパパ(出産予定月が12月~令和6年2月の方)

日 10月21日(土) ①午前9時30分~11時30分 ②午後1時30分~3時30分(いずれも15分前から受付)

※①②同一内容

内 講座(妊娠・出産の経過と父親の役割)、育児体験実習など

(赤ちゃんのお風呂入れ ※お湯なし)

定 各24名(抽選)

申 9月1日(金)から10日(日)までに電子申請で申込

※車での来所はご遠慮ください。

問場先 王子健康支援センター

(東十条2-7-3北区保健所2階講堂)

☎(3919)7588



申込はこちら

### 滝野川会館講座「心と体をリラックス 産後ママヨガ」

対 生後2カ月~ハイハイ期までのお子さんと母親

日 9月29日~10月27日 毎週金曜 計5回 午前10時~11時30分

※10月20日のみ午後1時30分~3時

内 赤ちゃん連れで参加するヨガレッスンです。ゆっくり体を動かして、心と体を整えます。

師 ヨガインストラクター Ami氏

定 10組(抽選)

費 7,500円(全5回分)

申 はがき、ファクス(記入例参照。同伴のお子さんの氏名・月齢も記入)または直接窓口で、9月4日(月)(必着)まで

問場先 〒114-8534(住所不要) 滝野川会館

☎(3910)1651 FAX(3910)1698



詳しくはこちら

### わくわく土曜スポーツクラブ

対 小学生

内 小学生が身近に気軽に楽しめるさまざまなスポーツ教室を開催しています。

【種目】バドミントン、バレーボール、ミニバスケットボール、卓球、剣道、水泳、フラダンス、スラックライン&スラックレール

日場師定費詳しくは北区ホームページをご覧ください。

申 当日、直接会場へ

問先 スポーツ推進課スポーツ支援係

☎(5390)1135



詳しくはこちら

### 滝野川体育館スポーツ教室

●第2期フットサル教室(9~12月)

対 ①4歳~未就学児 ②小学1~2年生 ③小学4~6年生

日 内費詳しくはホームページをご覧ください。

申 8月31日(木)までに下記コードまたはホームページで申込

●幼児・小学生体操教室(9~11月)

対 区内在住、在学、在園の4歳~小学6年生

日 9月5日~11月7日(9月19日を除く) 毎週火曜 計9回 ①午後3時50分~4時40分 ②午後4時50分~5時40分(2部制)

定 70名(申込順) 費 900円

※初回レッスンまでに1階受付横券売機でチケットをご購入ください。

申 9月5日(火)までに下記コードまたはホームページで申込

=以下、共通=

問場先 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)

☎(3940)1801

HP <https://kita-tai.com/sports-takitai/class/>



申込はこちら

### 文化庁伝統文化親子教室「茶道 華道」松風会

後援 北区教育委員会

対 区内在住、在学の小・中学生と保護者(子どものみの参加可)

日 9月17日~令和6年1月28日 原則日曜 計10回 午前9時30分~11時

場 北とびあ9階和室・会議室

内 茶道・華道の基本から実技指導。北とびあ華道展に参加します。

定 15名(抽選)

費 1名につき茶道1回600円、華道1回900円

申 往復はがき(記入例参照)で、9月1日(金)(必着)まで

問先 〒114-0034 上十条5-37-5 松風会 上田 ☎090(2173)0716



はがき等の記入例

◆往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入 ◆申込は原則1名1通

- ①講座・催し名 ②郵便番号・住所 (在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年を記入) ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号(FAX番号) ⑥その他必要事項

新型コロナウイルス感染症の影響により、施設の休館、イベントなどの中止・延期や開催方法を変更する場合があります。詳しくは、各施設・担当課・実施機関のホームページをご覧ください。

お知らせ

◆Jアラートの試験放送を行います

防災行政無線(屋外スピーカー)を使い、区内全域でJアラートの試験放送を行います。Jアラートは国から伝えられる緊急地震速報などの緊急情報を自動的に防災無線で伝えるシステムです。

日8月23日(水) 午前11時頃 内チャイム→「これはJアラートのテストです」を3回繰り返し→「こちらは防災北区です」→チャイム ※北区以外の地域でもさまざまな手段を用いて行われる予定です。

◆都内一斉無料特別相談「多重債務110番」

●借金の返済でお困りの方は、一人で悩まずご相談ください。 日9月4日(月)・5日(火) 午前9時30分～午後4時 内4つの借金整理の方法(任意整理、特定調停、個人再生、自己破産)を説明し、専門家への相談につなげます。特別相談日以外も受け付けています。借金に関する書類をご用意ください。

◆ワークショップ開催のお知らせ

日9月5日(火) 午後6時30分から 場王子小学校王子ホール 内今年度、北区では(仮称)旧北王子支線跡地(王子三丁目1番～王子四丁目6番)の遊歩道整備に関する基本設計について取り組んでいます。どのような遊歩道にしていけるか、全3回に渡って話し合い、考えます。

◆令和5年度 歳末たすけあい・地域福祉 募金助成(後期)のお知らせ

サロン活動、趣味の活動を通じて地域の孤立や閉じこもりを予防する活動をしている団体を対象に「歳末たすけあい募金」を財源とした助成事業を行っています。 [申込期間]9月1日(金)～15日(金) 詳しくはホームページをご覧ください。

◆令和5年住宅・土地統計調査にご協力ください

総務省所管の住宅・土地統計調査が全国で一斉に実施されます。9月から10月に、調査員が調査回答のお願いに調査対象の世帯を訪問します(回答内容を統計の作成以外の目的に使用することはありません。回答は、イ

ンターネットで提出することもできます。また、調査員は顔写真の入った調査員証を身に付けています。調査料の請求や金融機関情報などの個人情報を聞き出す「かたり調査」にご注意ください。

◆住居表示の届出(新築届・名称変更届)

建物を新築、新設、建て替えをしたときは、「新築届」が必要です。また、共同住宅などの名称を変更したときには「名称変更届」が必要です。住居表示の決定までには日数がかかりますので、余裕をもって届出ください。

◆マイナポイント申込期限のご案内

マイナポイントの申し込みは9月30日(土)までです。北区が実施するマイナポイント申し込み支援窓口は9月29日(金)まで実施します。お早めにお申し込みください。

◆休館

●赤羽文化センター 日①9月11日(月) ②9月19日(火) 内①予約システム停止日のため、②施設保守点検・定期清掃日のため、施設の利用及び利用申込の受付はできません。

◆赤羽文化センター

日①9月11日(月) ②9月19日(火) 内①予約システム停止日のため、②施設保守点検・定期清掃日のため、施設の利用及び利用申込の受付はできません。

内屋根そのほか改修工事を行うため、2階アリーナ施設の利用及び利用申込はできません。 問新町コミュニティアリーナ ☎(3894)6201

募集

◆「北区楽しい食の推進員(第10期)」募集

「食の大切さ」や「楽しい食生活」について区民の皆さんへ知っていただくために、区主催の食育講座(クッキング教室など)の講師や普及・啓発活動を有償で行っています。

対以下のすべての要件を満たす方 ①管理栄養士もしくは栄養士の資格を有する方 ②2日間の養成講習を受講でき、推進員として積極的に活動ができる方 日[養成講習]10月10日(火)・20日(金) 計2回 午前10時～午後4時 場赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) 師食コーチングプログラム主宰 影山なお子氏ほか 定10名程度 申市販の履歴書に応募動機を記入し、郵送または直接持参で、9月11日(月)(必着)まで 問先〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係「養成講習」担当 ☎(3908)9068

講座・催し

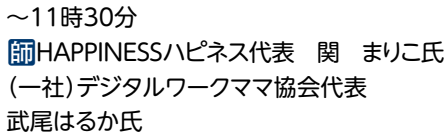
◆滝野川文化センター特別講座「ハイドロカルチャー(水耕栽培)で観葉植物を育ててみませんか」

日10月15日・29日 各日曜 計2回 午前10時～11時30分 内カラーサンドと苔玉など自然素材の植込材を使った小鉢を制作します(制作した小鉢はお持ち帰り可)。

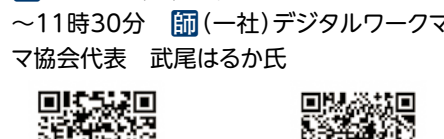


◆100年時代をどう生きる? ママのためのキャリア講座

①キャリアの選択力を高める! 自分らしいキャリアの選び方 対キャリアを考えたい女性、テーマに関心のある女性 日9月13日(水) 午前10時～11時30分 師HAPPINESSハピネス代表 関 まりこ氏



②はじめてのリスクリング! Webマーケティングを学ぼう 対新しいスキルを学びたい女性、テーマに関心のある女性 日9月27日(水) 午前10時～11時30分 師(一社)デジタルワークマ協会代表 武尾はるか氏



詳しくはこちら 申込はこちら

=以下、①②共通= [企画・運営](一社)デジタルワークマ協会 定各20名(申込順) 申8月20日(日)午前9時から電子申請、電話または直接窓口で申込 ※保育あり[1歳以上未就学児。定員あり(抽選)]。希望の方は8月27日(日)までに、お子さんの氏名・生年月日・性別をご連絡ください。結果は、8月29日(火)以降にご連絡します。

◆北区ファミリー・サポート・センター事業 サポート会員養成講座

子育て世帯の育児支援事業です。養成講座を修了された方はサポート会員(有償ボランティア)として登録できます。 対20歳以上の方 日9月29日(金)・30日(土) 計2回 午前9時30分～午後4時 場王子区民センター(北区豊島1-14-12) 内子どもの成長・心の発達・安全・遊び・子育て支援について 師保育士・消防署職員・社会福祉士 定20名(申込順) 申9月15日(金)までに電話申込 問先北区ファミリー・サポート・センター ☎(3912)1909

◆草木染講座

後援 北区 対区内在住、在勤の方(親子歓迎) 日9月10日(日) 午前10時～正午 場みどりと環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1) 内インド茜で茜染めを楽しむ草木染め講座です。 師染色家 小池啓子氏 定30名(申込順) 費1,000円(別途ポケットチーフ、スカーフなどの材料費300～3,000円またはハンカチ、ストール程度の素材持ち込み可) 申8月20日(日)からEメール(記入例参照)または電話で申込 問先東京都北区環境教育を進める会 広報渡辺 ☎090(7262)7723 日nabecyanmiko@yahoo.co.jp

◆第3回自然体験講座・自然観察へでかけよう

後援 北区 対区内在住、在勤、在学の方(高校生以下は保護者同伴) 日9月10日(日) 午後1時～3時 場みどりと環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1) 内エコベルデから川沿いの緑地を歩きながら自然観察を楽しみます。 定15名(抽選) 申往復はがきまたはEメール(記入例参照)で、9月5日(火)(必着)まで 問先〒114-0003 北区豊島3-13-17 東京都北区環境教育を進める会 丁 祐介 日godetia07moon@gmail.com

◆第18回北区環境展

日9月30日(土) 午後1時～3時 場豊川小学校 内NPO・ボランティア団体、学校、行政、企業などが実行委員となり開催します。校庭のテントブースでは、体験や実験など、楽しみながら自然や環境について学び、地域とのぎずなを深めます。体育館では、参加小・中学校の児童・生徒が環境について学んだ成果を、舞台発表とパネル展示で紹介いたします。フードドライブ(ご家庭の未利用食品の寄付)の受付も行います。 申当日、直接会場へ 問北区環境展実行委員会事務局 ☎(5390)1771

◆北区ポールdeウォークリーダー養成講座

令和5年度北区地域づくり応援団事業
①ノルディックウォーキング
②ポールウォーキング
③ポールdeウォーク総論

8月20日(日)から9月9日(土)までに、電話または直接窓口で申込
※申込締切後のキャンセル不可。花材は入れ代わる場合があります。



作品例

◆北区・荒川区合同まちあるきツアー「都電荒川線でつなぐ三河島と飛鳥山の水を活用した歴史」

10月4日(水) 午前9時30分～午後0時30分(9時20分都電荒川線荒川二丁目停留場集合)
内北区・荒川区の都電沿線を両区の観光ボランティアガイドが案内します。

◆図書館で読書会

9月9日(土) 午後1時30分～3時
中央図書館3階ホール(十条台1-2-5)
内参加者同士で課題本についての感想を話し合います。



「たのしい川べ」ケネス・グレーアム/作 石井桃子/訳 岩波書店

◆コミュニティビジネスシンポジウム・セミナー(北区起業家育成プロジェクト～渋沢栄一翁の志を受け継ぐ～)

①コミュニティビジネスシンポジウム (Zoom開催)
②コミュニティビジネスセミナー (対面開催)

◆歴史講演会「知りたい、見たい 瀧野川牛蒡と瀧野川人参」

対区内在住、在勤、在学の方(中学生以上の方優先)
10月1日(日) 午後2時～4時
中央図書館3階ホール



◆赤羽会館のカルチャー企画 フラワーアレンジメント～秋の花束～

9月16日(土) 午前10時30分～正午(10時15分受付開始)
内秋の色あいの花々や実物でつくるオータムブーケです。



◆赤羽文化ひろば9月のプログラム 第19回スピーチ発表会

9月30日(土) 午後1時～4時(0時30分開場)
内人生で感動したことを3分でまとめてスピーチします。

スポーツ

◆ネイチャーウォーキング 巾着田曼珠沙華公園の彼岸花鑑賞と日和田山散策

対小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)
9月23日(祝) 午前9時20分～午後3時
西武池袋線高麗駅集合・解散

◆年末年始に向けて身体をメンテナンス!! 赤羽体育館「第Ⅲ期スポーツ教室」

内ヨガ・ピラティス・エアロ・ダンス系・バレーボール・フットサルなど約15種類の教室があります(いずれも抽選)。

◆全身運動で歩く! ノルディックウォーキング

①はじめてのノルディックウォーキング
②長距離を歩こう!ノルディックウォーキング

師フクシ・エンタープライズ
定15名程度(抽選)
費①500円(初回ポール代無料)
②800円 ※別途ポール代が200円必要

◆桐ヶ丘体育館第Ⅲ期スポーツ教室

10月2日(月)～12月27日(水)
内①姿勢改善エクササイズ、②フラダンス、③ピラティス、④ヨガ、⑤スポーツウェルネス吹矢®、⑥健康太極拳、⑦初めてのヨガティス、⑧大人パレエ、⑨ZUMBA®、⑩ヴォイストレーニング、⑪「肩・膝・腰」健康体操、⑫コツコツストレッチ、⑬硬式テニス、⑭キッズテニス教室、⑮キッズ体操教室、⑯キッズ空手教室、⑰キッズフットサル教室

◆区民体育大会なぎなた競技

主催 北区・北区体育協会
対区内在住、在勤、在学の小学生～69歳の経験者(9月からの長期教室に参加すれば未経験者も可)

◆パラスポーツ・レクリエーション ひろば

後援 北区
9月17日、12月3日、令和6年1月21日 各日曜 午後1時30分～4時(最終受付3時30分)

北区体育協会スポーツ教室

対日内定費下表のとおり
場パノラマプール十条台(中十条1-5-6)
申ホームページまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)で、8月30日(水)(必着)まで

Table with 7 columns: 教室名, 対象, 日程, 時間, 講師, 定員(抽選), 費用. Rows include ジュニアスイミング and アクアビクス女性(夜の部).

## 北区飛鳥山限定! 「しぶさわくん」のマンホールカードを配布しています



**【配布場所】** 渋谷×北区 飛鳥山おみやげ館  
(西ヶ原2-16飛鳥山公園管理事務所内)  
午前11時~午後4時30分(土・日曜、祝日は午後5時)  
〔月曜休館(祝日の場合は翌平日)、年末年始〕

**【注意事項】**

- ・無料配布(ただし、1名1枚まで)
- ・カードの取り置き、郵送での発送はできません。
- ・ロット番号の指定はできません。
- ・予告なく配布を休止する場合があります。

※マンホールカードとは…下水道事業をPRするため、下水道広報プラットホーム(GKP)の企画監修のもと、日本各地のマンホールの蓋の図柄とその由来を紹介するコレクションカードです。

**問** シティプロモーション推進担当課  
**☎** (3908)1364

詳しくはこちら

## 古民家年中行事 「お月見行事~お月見団子を作って楽しもう~」

**対** 区内在住、在学の小学生(3年生以下は要送迎)  
**日** 9月24日(日) 午前10時~午後0時30分  
**内** お月見団子作りとお月見行事に関する習わしなどの話を聞きます。**定** 20名(抽選) **申** 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の住所・氏名(ふりがな)・学年、電話番号を記入)で、9月14日(木)(必着)まで  
**問場先** 〒115-0055 赤羽西5-2-34赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体験館  
**☎** (5993)8361



過去の様子



詳しくはこちら

## 子どものためのおはなし会

区内各図書館で、赤ちゃん向け、幼児向けなどのおはなし会・紙芝居を行っています。9月中に行われるおはなし会の日程など詳しくは、下記コードまたは図書館ホームページをご覧ください。

**問** 各図書館




詳しくはこちら

## ノーバディズ・パーフェクト・プログラム


子育てに悩む親支援のプログラムです。子育て経験やアイデアを分かち合い、自分にあった子育ての仕方を見つけませんか。  
※講座中は、保護者だけで話し合いを進めるため、お子さんは別室でお預かりします。

**① 親子サポート講座 ノーバディズ・パーフェクト・プログラム**  
**対** 0歳~5歳のお子さんを育てている方(受講が初めての方のみ)  
**日場問先** 下表のとおり **定** 14名(申込順)  
**申** 児童館・子どもセンターにある申込用紙(北区ホームページからもダウンロードできます)に記入し、参加希望児童館・子どもセンターへ直接持参で申込  
※詳しくは各児童館・子どもセンターへお問い合わせください。

実施場所(申込先)		電話番号	日程(いずれも計6回) 【時間】午前10時~正午
児童館・子どもセンター名(所在地)			
志茂子ども交流館(志茂5-18-3)		☎(3902)4646	9月21日~10月26日 毎週木曜
袋児童館(赤羽北3-7-2-101)		☎(3908)8561	9月26日~10月31日 毎週火曜
神谷子どもセンター(神谷3-35-17)		☎(3902)3306	10月16日~11月27日(11月6日を除く) 毎週月曜
浮間子ども・ティーンズセンター(浮間4-29-32)		☎(3960)5301	11月1日~12月6日 毎週水曜
西が丘児童館(西が丘2-4-1)		☎(3907)7394	11月8日~12月13日 毎週水曜
八幡山子どもセンター(中十条4-15-7)		☎(3905)0713	11月8日~12月13日 毎週水曜
滝野川西児童館(滝野川6-21-25)		☎(3916)3224	11月10日~12月15日 毎週金曜
王子東児童館(王子6-2-60)		☎(3913)8851	11月13日~12月25日(12月4日を除く) 毎週月曜



**【受付開始】** 原則各開催日程初日の1カ月前から

**② パパのためのノーバディズ・パーフェクト・プログラム**  
**対** 0歳~5歳のお子さんを育てている方(受講が初めての方のみ)  
**日** 9月30日~11月4日 毎週土曜 計6回 午前10時~正午  
**場** 西ヶ原子どもセンター(西ヶ原1-41-3) **定** 14名(抽選) **申** 児童館・子どもセンターにある申込用紙(北区ホームページからもダウンロードできます)に記入し、郵送、Eメールまたは直接持参で、9月15日(金)(必着)まで ※実施児童館でも申込可  
**問先** 〒114-8546(住所不要)子ども未来課子ども未来係(滝野川分庁舎1階2番)  
**☎** (3908)9097 **EM** kosodate-ka@city.kita.lg.jp



## オリンピック中村真衣の笑顔があふれる水泳教室



**対** 区内在住、在学の①水泳が苦手な小学1年生~3年生  
②4泳法すべてを余裕をもって25m以上泳げる小学4年生~6年生  
**日** 9月23日(祝) ①午前10時30分~11時30分 ②午後1時30分~2時30分  
**内** 元オリンピックメダリストによる水泳教室です。オリンピックのメダルに触れることができます。**師** 中村真衣氏 **定** 各20名(抽選)  
**申** ホームページまたは往復はがき(記入例参照。性別も記入)で、9月11日(月)(必着)まで  
**問場先** 〒114-0032 中十条1-5-6 パノラマプール十条台管理事務所  
**☎** (5993)8337 **HP** https://jyujyodai-pool.jp

詳しくはこちら

## (公財)北区文化振興財団 公演ピックアップ

問い合わせ ☎(5390)1221 (平日 9:00~17:00)

記号の見方  
 託児サービスあり...2歳以上の未就学児・有料公演1週間前までに要予約  
 表記の年齢からご入場いただける公演です  
 最新の情報は財団ホームページ(https://kitabunka.or.jp)でご確認ください。

## 北とぴあ国際音楽祭2023 古楽から現代までの「クラシック」と「世界の伝統音楽」の祭典

**12/8(金) 18:00** ラモーン作曲  
**12/10(日) 14:00** オペラ《レ・ボレアード》  
北とぴあ さくらホール

ラモーン最後の傑作オペラが鮮やかによみがえる! **16** **16**

カミーユ・プール(ソプラノ) シリル・オヴィティ(テノール) ビエル＝フランソワ・ドレ(編付:バロックダンス) 寺神戸亮(指揮:ヴァイオリン)

**11/11(日) 11:00/14:00** 芸大とあそぼう in 北とぴあ  
空想お礼物語  
北とぴあ さくらホール

「世界がひとつになるために」  
オーケストラの生演奏に、歌やダンスも楽しめる!  
親子で一緒に本格クラシックコンサート!

東京芸術大学学生&卒業生有志オーケストラ  
ヴェルディ《リゴレット》より(女心の歌)  
ハチャトゥリアン《剣の舞》  
エルガー《威風堂々》ほか

〈全席指定〉 **【区民割引】**  
1階席 2,000円 → 1,500円  
2階席 1,500円 → 1,000円 (発売中)

**11/19(日) 13:30** 北とぴあ1階 区民プラザ 入場無料  
上野学園大学ロビーコンサート「クラリネット四重奏」

**11/18(土) 15:00** 滝野川会館 大ホール  
ウィリアム・バード没後400年記念公演  
バロック&能

**11/19(日) 15:00** 北とぴあ つつじホール  
結成50周年記念コンサート  
カテリーナ古楽合奏団 祝祭

**12/1(金) 19:00** 北とぴあ つつじホール  
コントラバスアンサンブル  
It's Time for Double bass!!

**12/2(土) 14:00** 北とぴあ 14階カナリアホール  
箏+ピアノ・デュオコンサート  
「悠久と今をつなぐ」

**12/6(水) 12:00/15:00** 旧古河庭園 洋館  
Mignonne, allons voir si la rose  
見に行きましょう 薔薇の花を

**12/18(月) 14:00** 旧古河庭園 洋館  
詩の情景を「耳」で感じるレクチャー付コンサート  
ドイツリートで描かれた「おとぎの世界」

**10/22(日) 14:00** 北区民オーケストラ  
第7回 秋のコンサート  
北とぴあ さくらホール (発売中) 詳しくはHPへ

**11/12(日) 13:00** ほくとぴあ亭千円落語  
北とぴあ15階 ペガサスホール  
~次代を築く落語家の妙技 11月の回~  
旬な若手が登場。誰でも気軽に落語&講談デビュー! **16** **16**

桂竹千代 三遊亭ぐんま 桂しん華 神田鯉花(講談)  
(演目:ラーメン屋) (全席自由) 1,000円 (9/7(木)発売)

**12/14(木) 13:00/16:00** 前川 清&川中美幸  
二人爆笑コンサート2023  
北とぴあ さくらホール (9/4(月)発売) 詳しくはHPへ

★北区民先行販売★ 8/29(火)~31(木)  
ほくちケ(web)のみで実施。詳しくはHPへ

チケットのお求め 発売初日は10:00~  
ほくちケ(ほくとぴあチケットオンライン)  
https://p-ticket.jp/kitabunka  
※要無料アカウント登録  
※PC・スマホをお持ちの方のみ

北とぴあ1階チケット売場  
窓口のみ10:00~20:00  
※臨時休館日は10:00~18:00  
※年末年始・全館休館日は休業  
※上記以外のプレイガイドでお求めいただける公演もあります。

**北区民割引取扱い**  
※割引は一人4枚まで  
※(窓口)保険証・免許証など北区在住を確認できるものを要提示。  
※(オンライン)事前に「北区民」登録が必要です。承認までに1週間程度お時間をいただきますのでご了承ください。  
詳しくはHPへ

## 住めば 北区

北区HP   






## 北区地域包括ケア推進計画策定 検討委員会(第5回)の開催

**日** 8月30日(水) 午前10時から  
**場** 北とぴあ13階飛鳥ホール  
**申** 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ  
**問** 高齢福祉課高齢福祉係 ☎(3908)1158